



**LITTLETON
PUBLIC 
SCHOOLS**

2023–2024

**MANUAL DE CONDUCTA DEL
ESTUDIANTE DEPORTISTA DE LPS**



ÍNDICE

POLÍTICA DEPORTIVA DE LPS.....	3
MANUAL DEL ESTUDIANTE DEPORTISTA.....	3
Elegibilidad académica.....	3
Elegibilidad deportiva.....	4
Requisitos para obtener una letra de reconocimiento.....	4
Tasas.....	4
Documentación necesaria.....	4
Centro de Intercambio de Información de la Asociación Deportiva Nacional Universitaria (NCAA).....	4
Mapas.....	5
Notificación.....	5
Declaración de No Discriminación.....	6
MANUAL DE CONDUCTA DEPORTIVA DE LAS ESCUELAS PÚBLICAS DE LITTLETON.....	6
Tipos de infracciones.....	7
1. Consumo, posesión o distribución de drogas o alcohol.....	7
2. Estar en presencia de otras personas que están consumiendo, poseen o distribuyen drogas o alcohol.....	9
3. Consumo, posesión o distribución de tabaco.....	9
4. Comportamiento ilegal o delictivo.....	9
5. Suspensión de la escuela.....	10
6. Asistencia–Absentismo.....	10
7. Conducta antideportiva y otros comportamientos inaceptables.....	10
8. Novatadas.....	10
9. Infracción de las normas y reglas del equipo.....	10
Circunstancias inusuales o especiales.....	10
Nuevos estudiantes/Estudiantes transferidos.....	11
Debido proceso y proceso de apelación.....	11
PROTOCOLO PARA LA GESTIÓN DE LAS CONMOCIONES CEREBRALES.....	11
Información de contexto.....	11
Principios básicos.....	11
Pruebas de referencia.....	12
Gestión de las conmociones cerebrales en el campo o en la banda.....	12
Gestión posterior a la conmoción cerebral.....	13
Protocolo para la Gestión Posterior a una Conmoción Cerebral.....	13
Protocolo para el regreso a entrenar o a jugar.....	13
Directrices de Zurich.....	13

POLÍTICA DEPORTIVA DE LPS

Bienvenido a las Escuelas Públicas de Littleton y felicitaciones por su elección de participar como miembro de un programa deportivo sobresaliente. Las Escuelas Públicas de Littleton están formadas por un orgulloso y exitoso grupo de estudiantes atletas dirigidos por entrenadores, entrenadores deportivos y administradores comprometidos y bien informados.

El Manual del Estudiante Deportista de Escuela Preparatoria y el Manual de Conducta Deportiva de las Escuelas Públicas de Littleton (LPS) se elaboraron con la participación de padres, maestros, entrenadores y administradores para que los estudiantes deportistas y sus padres puedan comprender información importante y las condiciones relacionadas con la participación atlética en las Escuelas Públicas de Littleton. La intención de todos los miembros del departamento de deportes y de la administración de cada escuela es que los deportes sean una experiencia enriquecedora y saludable para los estudiantes deportistas en la que se produzca un crecimiento físico, mental y social a través de la competición interescolar.

La participación en los programas deportivos de las Escuelas Públicas de Littleton es un privilegio. Este privilegio conlleva ciertas responsabilidades, ya que los estudiantes deportistas representan a las Escuelas Públicas de Littleton en el salón de clases, en los pasillos, en el campo de deportes y en la comunidad.

El Manual de Conducta Deportiva está en vigor los 365 días del año, las 24 horas del día y los 7 días de la semana. Las Escuelas Públicas de Littleton creen que el deporte interescolar es una parte integral de la experiencia educativa total del estudiante deportista. El éxito de nuestros programas deportivos se basa en la capacidad de nuestros estudiantes deportistas para equilibrar su participación con sus requisitos académicos. Los logros académicos son lo primero. En el deporte, nuestro objetivo es proporcionar un entorno seguro y estructurado en el que los estudiantes deportistas puedan desarrollar la responsabilidad, la ética del trabajo, la confianza y el respeto mutuo.

Este documento sirve para informar a los estudiantes y padres de familia sobre las directrices, políticas y reglamentos de la Asociación de Actividades de Escuelas Secundarias de Colorado (CHSAA, por sus siglas en inglés) y del Distrito de las Escuelas Públicas de Littleton y explica las expectativas para los deportistas de cada escuela preparatoria. Una de las principales funciones del departamento de deportes de la escuela preparatoria es supervisar la conducta de nuestros estudiantes atletas. Instamos a los padres a participar activamente en la orientación y supervisión de sus hijos e hijas, al tiempo que apoyan a las escuelas en nuestro esfuerzo por formar ciudadanos positivos y productivos.

MANUAL DEL ESTUDIANTE DEPORTISTA

Elegibilidad académica

Según las directrices de la CHSAA (Plan A), un estudiante debe estar matriculado en cursos que ofrezcan, en conjunto, un mínimo de 2,5 unidades créditos Carnegie por semestre y no debe suspender más del equivalente a media unidad de crédito Carnegie.

Al convertir las horas de crédito de las Escuelas Públicas de Littleton en unidades de crédito Carnegie, se permite media unidad (.50) por semestre para clases semestrales de 3, 4 y 5 horas y un cuarto de unidad (.25) para clases semestrales de 2 horas. La elegibilidad académica se controla semanalmente. Si un estudiante deportista suspende más de 0,50 unidades Carnegie, no podrá participar en todas las competiciones de la semana siguiente (de lunes a sábado). Un estudiante tiene la oportunidad de recuperar la elegibilidad la

semana siguiente mediante la mejora de su situación académica. El estudiante atleta puede participar en la práctica a discreción del entrenador, pero no usará uniforme durante el período de inelegibilidad.

Si, al final de un semestre, un estudiante ha suspendido más del equivalente a 0,50 unidades Carnegie, no podrá participar, al menos, en las nueve primeras semanas del siguiente semestre.

Elegibilidad deportiva

Todos los estudiantes atletas deben ser elegibles bajo las políticas establecidas por la Asociación de Actividades de Escuelas Secundarias de Colorado (CHSAA). Estas políticas se pueden encontrar en su sitio web en www.chsaa.org. Las políticas importantes incluyen, pero no se limitan a, Artículo 17 - Elegibilidad General incluida 1760 - Edad; 1770 - Semestres de Asistencia; 1780 - Examen Físico y Consentimiento de los Padres; y Artículo 18 - Residencia incluido 1800 - Transferencia. Otras políticas de interés incluyen el Artículo 19 - Reclutamiento, el Artículo 20 - Condición de Aficionado y el Artículo 21 - Competición/Práctica Externa. Se anima a los estudiantes atletas y a sus padres a familiarizarse con estas políticas de CHSAA.

Requisitos para obtener una letra de reconocimiento

Los requisitos para obtener una letra de reconocimiento serán establecidos y comunicados por cada entrenador del primer equipo de la preparatoria. Los equipos de categorías inferiores recibirán certificados de participación.

Tasas

\$175 por deporte/atleta; máximo de \$350 maximum por athlete por año; máximo de \$700 maximum por familia por año. La cuota de participación es obligatoria para todos los estudiantes deportistas. No se cobrará si el estudiante atleta no entra en el equipo o si decide no participar antes del primer encuentro deportivo.

Documentación necesaria

El paquete de participación atlética debe ser presentado y aprobado por el Departamento de Deportes antes de la participación en la práctica o la competición de cada temporada.

Centro de Intercambio de Información de la Asociación Deportiva Nacional Universitaria (NCAA)

Todos los estudiantes, tanto de educación general como de educación especial, que estén pensando en participar en competiciones deportivas en una institución universitaria de la División I o II deben cumplir los requisitos de la NCAA.

Requisitos del centro de intercambio de información. Los estudiantes deportistas pueden acceder al sitio web de la NCAA (www.ncaaclearinghouse.net) para obtener más información. La lista de las clases de las Escuelas Públicas de Littleton que han sido aprobadas por el Centro de Información de la NCAA está disponible en el Centro de Postgraduados, a través del consejero del estudiante deportista y en el sitio web de la NCAA. Se

anima a los estudiantes deportistas y a sus padres a que notifiquen a su entrenador y a su consejero sus planes para después de la graduación.

Espíritu deportivo

Dado que los deportes deben funcionar dentro del marco de unos principios educativos sólidos, se deduce que:

1. Los equipos de deportes de las Escuelas Públicas de Littleton están bajo la jurisdicción de la Asociación de Actividades de Secundaria de Colorado (CHSAA) y deben cumplir sus normas, de modo que todos los deportistas puedan competir bajo idénticos estándares.
2. Se espera que quienes aprovechen el privilegio de participar en actividades deportivas, ya sea como atleta o como espectador, se comporten de manera que no desvirtúen el entorno educativo.
3. Los competidores, entrenadores, oficiales y espectadores entran en la competición sabiendo que los errores son parte normal de una actividad y que es probable que ocurran. Cualquiera puede cometer un error.
4. Aunque ganar es ciertamente un objetivo admirable, resulta vacío si se hace a expensas de la moral, la ética y el simple sentido común. Se espera el siguiente comportamiento de los espectadores.
5. Las Escuelas Públicas de Littleton animan a los padres, aficionados y espectadores a contribuir a una cultura deportiva juvenil positiva para que los estudiantes deportistas se diviertan y aprendan rasgos positivos de carácter para toda la vida.

Se espera que los aficionados y espectadores:

- Se pongan de pie y se quiten las prendas que cubren la cabeza durante el Himno Nacional.
- Mantengan el autocontrol en todo momento comportándose como ciudadanos responsables.
- Muestren respeto por los oponentes de todas las formas posibles.
- Apoyen siempre de forma positiva a sus equipos.
- Reconozcan y agradezcan las buenas actuaciones de ambos equipos.
- Respeten a los árbitros y acepten sus decisiones.
- Si otros espectadores gritan a los árbitros, recuérdelos amablemente que deben respetar el juego.
- Sean humildes y no se jacten en la victoria, así como amables y no amargados en la derrota.
- Abandonen el lugar de la actividad -incluido el aparcamiento- lo antes posible tras su finalización.

Se podrá pedir a los espectadores que abandonen los encuentros o se les podrá prohibir la entrada en futuras competiciones si incumplen estas expectativas.

Mapas

Las direcciones para llegar a todas las escuelas preparatorias de Colorado se encuentran disponibles en www.chsaa.org.

Notificación

El Manual del Estudiante Deportista y el Manual de Conducta Deportiva de LPS se publicarán en el sitio web del distrito de LPS y en el sitio web de cada escuela. Cada estudiante deportista y sus padres/tutores firmarán que están de acuerdo en cumplir con el Manual de Conducta Deportiva de LPS como requisito para la participación.

Declaración de No Discriminación

Las Escuelas Públicas de Littleton no discriminan en sus programas o actividades por motivos de raza, color, origen nacional, ascendencia, credo, edad, religión, sexo (que incluye transexualidad e identidad de género), estado civil, orientación sexual, discapacidad o necesidad de servicios de educación especial.

Las siguientes personas han sido designadas para atender las consultas relativas a las políticas de no discriminación, incluidas las consultas sobre el Título IX y la Sección 504:

Para consultas relacionadas con el personal:

Dr. Sheri Charles
Superintendente Adjunta de Recursos Humanos
303-347-3375
5776 S. Crocker St. Littleton, CO 80120
scharles@lps.k12.co.us

Para consultas relacionadas con los estudiantes:

Melissa Cooper
Superintendente Adjunta de Servicios del Aprendizaje

303-347-3372
5776 S. Crocker St. Littleton, CO 80120
mrcooper@lps.k12.co.us

MANUAL DE CONDUCTA DEPORTIVA DE LAS ESCUELAS PÚBLICAS DE LITTLETON

El Manual de Conducta Deportiva de las Escuelas Públicas de Littleton (LPS) establece las normas según las cuales se espera que los estudiantes deportistas se comporten como representantes de las Escuelas Públicas de Littleton. Se espera que los padres discutan estas normas y consecuencias con sus estudiantes deportistas para que se tomen decisiones informadas y apropiadas sobre el comportamiento.

Es imperativo que los estudiantes y los padres entiendan que el Manual de Conducta de los Estudiantes de las Escuelas Públicas de Littleton y el Manual de Conducta deportiva de LPS son dos conjuntos separados de normas. El Manual de Conducta Deportiva de las Escuelas Públicas de Littleton, redactado específicamente para los estudiantes deportistas, debe utilizarse junto con el Manual de Conducta de los Estudiantes de las Escuelas Públicas de Littleton, pero ambos manuales difieren en cuanto al procedimiento y al contenido. Si un estudiante deportista es suspendido por una violación del Manual de Conducta de los Estudiantes de LPS, entonces al estudiante deportista no se le permitirá practicar o participar en competiciones durante la suspensión. Si la misma mala conducta también constituye una violación del Manual de Conducta Deportista de LPS, entonces el estudiante deportista será sancionado en consecuencia.

El Manual de Conducta Deportiva de LPS establece un alto estándar debido al deseo del distrito escolar de ayudar a proteger la salud, la seguridad y el bienestar de todos los estudiantes y miembros de la comunidad. El Manual de Conducta Deportiva de LPS se aplica a todos los deportistas. Un estudiante es considerado un deportista para los propósitos del Manual de Conducta Deportiva de LPS una vez que el estudiante es notificado por el entrenador/designado que el estudiante ha entrado a su primer equipo. A partir de ese momento, se considera que el estudiante es un deportista por el resto de su carrera en la escuela preparatoria. Esto también incluye a todos los deportistas "en temporada", así como a aquellos deportistas cuya temporada ha finalizado pero que tienen la intención de competir en temporadas o deportes posteriores. La naturaleza

extenuante del deporte y los rigores de la competición exigen que se mantenga un alto nivel de comportamiento por parte de los estudiantes deportistas en todo momento. Además, el Manual de Conducta Deportiva de LPS proporciona a los padres apoyo para tratar problemas potenciales con su estudiante, y proporciona incentivos para que el deportista trate apropiadamente con la presión negativa de sus compañeros.

El Manual de Conducta Deportiva de LPS se aplica al comportamiento que tenga lugar **DENTRO O FUERA** del recinto escolar. Estas infracciones pueden ocurrir en **CUALQUIER MOMENTO** durante la inscripción del estudiante en las Escuelas Públicas de Littleton, incluyendo la temporada baja así como el verano. El Manual de Conducta Deportiva de las Escuelas Públicas de Littleton estará vigente las 24 horas del día, los 7 días de la semana y los 365 días del año. Se aplica a todos los deportistas, ya sea en temporada o fuera de temporada, dentro o fuera de la propiedad escolar incluidos entre otros eventos patrocinados/sancionados por la escuela dentro o fuera del campus y actividades o eventos privados. Cuando se demuestre que los comportamientos fuera del campus o privados violan la Política del Distrito y/o el Manual de Conducta Deportiva de LPS, entonces se seguirán las consecuencias si son llevadas a la atención del director atlético. Las consecuencias por violar el Manual de Conducta Deportiva de LPS estarán en efecto para competiciones y campeonatos fuera de liga, de liga, del distrito, regionales y estatales. Con respecto a las suspensiones de las competiciones, las prácticas no cuentan como competiciones. **Las consecuencias de las violaciones del código deportivo se trasladarán de año escolar a año escolar y estarán en efecto durante la duración de la participación del deportista en la escuela preparatoria.**

Esto significa que el registro de violaciones del Manual de Conducta Deportiva del estudiante de LPS lo seguirá de un deporte al siguiente, de un año al siguiente, así como de una escuela de LPS a otra.

**El Manual de Conducta Deportiva de LPS también servirá como una guía para los administradores, entrenadores y patrocinadores cuando se trata de cuestiones de conducta de los estudiantes que participan en actividades estudiantiles y clubes.*

Tipos de infracciones

1. Consumo, posesión o distribución de drogas o alcohol

Los estudiantes deportistas no deben (independientemente de la cantidad) consumir, poseer, vender, distribuir o intercambiar ninguna cantidad de alcohol, drogas, otras sustancias controladas o parafernalia relacionada con las drogas, ni estar bajo los efectos del alcohol, las drogas u otras sustancias controladas.

Primera infracción

El estudiante deportista será suspendido durante la siguiente parte de su temporada de competición de forma inmediata y consecutiva:

Béisbol	4 encuentros
Basquetbol	5 encuentros
Animación/Porrista	4 encuentros
Campo a Través	2 encuentros
Hockey sobre hierba	3 encuentros
Fútbol americano	2 encuentros
Golf	36 agujeros
Gimnasia	2 encuentros
Hockey sobre hielo	3 encuentros

Lacrosse	3 encuentros
Poms	4 encuentros
Fútbol	3 encuentros
Softball	4 encuentros
Natación	2 encuentros
Tenis	2 encuentros
Atletismo	2 encuentros
Voleibol	4 encuentros
Lucha libre	5 puntos

La suspensión se cumplirá de forma inmediata y consecutiva durante las siguientes competiciones o en las primeras competiciones de la temporada si la infracción se produce fuera de temporada o en verano. Si la temporada finaliza antes de que se cumpla la suspensión completa, el director deportivo aplicará proporcionalmente las suspensiones restantes al siguiente deporte o temporada.

Segunda infracción

Por la segunda infracción dentro de la inscripción del estudiante deportista en la escuela preparatoria, el estudiante deportista será suspendido para la siguiente parte de su temporada competitiva de forma inmediata y consecutiva:

Béisbol	9 encuentros
Basquetbol	11 encuentros
Animación/Porrista	10 encuentros
Campo a Través	5 encuentros
Hockey sobre hierba	5 encuentros
Fútbol americano	5 encuentros
Golf	99 agujeros
Gimnasia	5 encuentros
Hockey sobre hielo	7 encuentros

Lacrosse	7 encuentros
Poms	10 encuentros
Fútbol	7 encuentros
Softball	9 encuentros
Natación	5 encuentros
Tenis	5 encuentros
Atletismo	5 encuentros
Voleibol	9 encuentros
Lucha libre	15 puntos

La suspensión se cumplirá de forma inmediata y consecutiva durante las siguientes competiciones o en las primeras competiciones de la temporada si la infracción se produce fuera de temporada o en verano. Si la temporada finaliza antes de que se cumpla la suspensión completa, el director deportivo aplicará proporcionalmente las suspensiones restantes al siguiente deporte o temporada.

Tercera infracción

Si se produce una tercera infracción, dentro de la inscripción en la escuela preparatoria del estudiante deportista, éste será suspendido de toda participación deportiva durante 365 días consecutivos a partir de la fecha de la infracción.

Cuarta infracción

Cuando un estudiante deportista infrinja la política sobre drogas y alcohol por cuarta vez durante su inscripción en las Escuelas Públicas de Littleton, no se le permitirá participar en actividades deportivas durante el resto de su escolarización en las Escuelas Públicas de Littleton.

2. Estar en presencia de otras personas que están consumiendo, poseen o distribuyen drogas o alcohol

En situaciones en las que no se encuentre a un estudiante en posesión de alcohol o bajo los efectos de este, pero que a sabiendas se esté asociando con otra persona o personas mientras éstas están consumiendo o poseyendo ilegalmente alcohol, drogas u otras sustancias controladas y tenga la oportunidad razonable de abandonar la situación, se podrán aplicar las consecuencias. Este reglamento se aplica a circunstancias que tengan lugar **DENTRO O FUERA** del recinto escolar y en **CUALQUIER MOMENTO** durante la inscripción del estudiante en la escuela preparatoria de las Escuelas Públicas de Littleton, incluida la temporada baja así como el verano.

La consecuencia de la primera infracción será la suspensión de una competición. Cualquier infracción posterior conllevará la suspensión de la competición, tal y como se indica en la Sección 1, Uso, posesión o distribución de drogas o alcohol, en la página 8 de este folleto. Este reglamento no se aplicará a circunstancias en las que el estudiante deportista esté presente en lugares donde se esté consumiendo alcohol legalmente.

3. Consumo, posesión o distribución de tabaco

Está prohibido el uso, la posesión o la distribución de tabaco o de productos derivados del tabaco, en cualquiera de sus formas. La consecuencia de la primera infracción por consumo, posesión o distribución de tabaco será la suspensión de un encuentro. La consecuencia para la segunda infracción será la suspensión de dos encuentros. La consecuencia de la tercera infracción será la suspensión de tres competiciones. La consecuencia de la cuarta infracción será revisada por el director deportivo. El director deportivo decidirá la sanción adecuada para el deportista teniendo en cuenta la gravedad de la infracción, cualquier daño o perjuicio a personas o bienes, el arrepentimiento del deportista y cualquier otro factor pertinente.

4. Comportamiento ilegal o delictivo

Un acto ilícito o delictivo es una violación de cualquier estatuto civil o penal, ordenanza, reglamento u orden judicial (a excepción de las infracciones leves de tráfico), incluidos, entre otros, la violación de los derechos civiles, el robo, el vandalismo, la destrucción de la propiedad u otros delitos menores y graves definidos en el Código Penal de Colorado. Un atleta que se declare culpable, sea declarado culpable o sea encontrado culpable de haber cometido un acto delictivo por cualquier tribunal de justicia, no se declare culpable o se disponga a través de un acuerdo y sea acusado de un acto ilícito también está sujeto a sanciones de acuerdo con el Manual de Conducta Deportiva de LPS. No obstante lo anterior, el director deportivo se reserva el derecho de determinar si el deportista cometió un acto ilícito o delictivo en lugar de estar obligado necesariamente por la decisión de los tribunales o de otros. Los incidentes en los que estén implicados atletas, ya sea directamente o como cómplices, estarán sujetos a revisión por parte del director deportivo. El director deportivo tendrá en cuenta la gravedad de la infracción, cualquier daño o perjuicio a personas o bienes, el arrepentimiento del deportista y cualquier otro factor pertinente.

5. Suspensión de la escuela

Los atletas que son suspendidos de la escuela bajo el Manual de Conducta de los Estudiantes de LPS tienen prohibido participar en prácticas y eventos interescolares durante la duración de la suspensión.

6. Asistencia–Absentismo

La administración de la escuela preparatoria y los entrenadores reconocen que la asistencia a la escuela es fundamental para el éxito de un estudiante deportista en el salón de clases, de la misma manera que la asistencia a los entrenamientos es esencial. Se espera que los estudiantes deportistas asistan a todas sus clases y eviten el absentismo escolar. El entrenador y/o la administración se reservan el derecho de limitar la participación atlética en casos de absentismo escolar o inasistencia a la escuela o a los entrenamientos.

7. Conducta antideportiva y otros comportamientos inaceptables

La conducta antideportiva y otros comportamientos inaceptables no cubiertos específicamente en el Manual de Conducta Deportiva de LPS, pero que son contrarios al espíritu del Manual de Conducta Deportiva de LPS, están sujetos a una sanción apropiada a discreción del director deportivo y/o el director, tomando en consideración la seriedad de la ofensa, cualquier daño o lesión a la persona o propiedad, el remordimiento del atleta y cualquier otro factor relevante.

8. Novatadas

El Manual de Conducta de LPS define las novatadas como "participar o planear cualquier forma de novatada verbal o física o iniciación de otros estudiantes. Las novatadas incluyen, pero no se limitan a forzar la actividad física prolongada, forzar el consumo excesivo de cualquier sustancia, forzar la privación prolongada de sueño, comida o bebida, o cualquier otro comportamiento que imprudentemente ponga en peligro la salud o la seguridad de un individuo o que probablemente o con la intención de causar degradación personal o desgracia con el propósito de iniciación en cualquier grupo de estudiantes". Es responsabilidad de los padres y de los estudiantes evitar que se produzcan novatadas e informar a las autoridades escolares de cualquier conocimiento de las mismas. Según el Manual de Conducta, el director puede suspender o recomendar la expulsión de un estudiante que participe en novatadas.

9. Infracción de las normas y reglas del equipo

Los entrenadores pueden establecer normas y reglas razonables, sujetas a la aprobación del director deportivo, para el comportamiento no especificado de otra manera en el Manual de Conducta Deportiva de LPS. Los entrenadores pueden determinar sanciones razonables por violación de las normas y reglas del equipo sujetas a la revisión del director deportivo.

Circunstancias inusuales o especiales

Pese a las consecuencias de las infracciones prescritas en los párrafos anteriores, el director tiene la facultad discrecional de reducir la sanción cuando circunstancias inusuales o especiales justifiquen dicha reducción.

Nuevos estudiantes/Estudiantes transferidos

Se considerará que los nuevos inscritos, incluidos los estudiantes transferidos, con infracciones previas en escuelas que no son de LPS han violado el Código Deportivo de LPS y, por lo tanto, estarán sujetos a las consecuencias aplicables por cualquier infracción adicional según lo dispuesto en el Manual de Conducta Deportiva de LPS. Esto también se aplica a los estudiantes que se cambian a escuelas preparatorias dentro del sistema de LPS.

Debido proceso y proceso de apelación

A los estudiantes deportistas se les proporcionará el debido proceso. El estudiante deportista tiene derecho a ser informado de los cargos en su contra y a una reunión informal donde tenga la oportunidad de ser escuchado ante el director deportivo. El director deportivo tomará una decisión por escrito en el plazo de un día lectivo tras la reunión. El estudiante deportista y sus padres podrán apelar la decisión de suspensión del director deportivo ante el director de la escuela, por escrito, en el plazo de un día lectivo a partir de la decisión de suspensión del director deportivo. El director tomará su decisión dentro de los cuatro días escolares siguientes a la consideración de la apelación. Una suspensión podrá aplazarse en espera del resultado de una apelación a discreción del director deportivo, el director o el Director de Educación Secundaria/Director Deportivo del Distrito. La decisión del director será definitiva a menos que la suspensión sea por el 50% o más de la temporada. En tal caso, el estudiante deportista y sus padres podrán apelar en un plazo de cinco días lectivos ante el Director de Educación Secundaria/Director Deportivo del Distrito, cuya decisión será definitiva.

PROTOCOLO PARA LA GESTIÓN DE LAS CONMOCIONES CEREBRALES

Información de contexto

Ha habido una preocupación constante con respecto a la respuesta adecuada a una posible conmoción cerebral, lo que llevó a la Ley del Senado de Colorado 2011 11-040, la Ley Jake Snakenberg de Conmoción Cerebral Juvenil, C.R.S. 25-43-101. Esta legislación especifica los requisitos relacionados con la gestión de conmociones cerebrales. Lo que sigue es el protocolo de las Escuelas Públicas de Littleton (LPS) para la respuesta del Distrito a una conmoción cerebral potencial durante una actividad atlética.

Principios básicos

- Cada escuela preparatoria de LPS seguirá el mismo protocolo estándar para la gestión de las conmociones cerebrales que se aplicará a todos los deportes.
- Cualquier decisión relacionada con la retirada de un deportista o su regreso a los entrenamientos o al juego se tomará teniendo como prioridad la seguridad del estudiante.
- Toda decisión relativa a la expulsión o al regreso a los entrenamientos o al partido es, en última instancia, responsabilidad del entrenador principal o del entrenador con responsabilidad principal de supervisión de dicha actividad.

Pruebas de referencia

ImpACT (sus siglas en inglés de Evaluación inmediatamente posterior a la conmoción cerebral y pruebas cognitivas) es un sistema informatizado de evaluación de conmociones cerebrales validado científicamente. Es una de las muchas herramientas utilizadas por el profesional sanitario para determinar la importancia de la conmoción cerebral y la preparación para el retorno a la actividad.

Se realizarán pruebas de referencia a todos los atletas cada dos años. Es responsabilidad de cada entrenador designado y del entrenador deportivo organizar las pruebas de referencia al comienzo de las temporadas de competición. Las pruebas ImpACT se proporcionarán a cada atleta sin coste alguno. La base de datos será mantenida y actualizada por el personal designado para cada escuela preparatoria. Todas las puntuaciones de referencia ImpACT se almacenan electrónicamente y se compartirán entre las escuelas preparatorias de LPS si un atleta cambia de escuela o está en un equipo combinado que representa a más de una escuela preparatoria.

Gestión de las conmociones cerebrales en el campo o en la banda

If a coach suspects that an athlete has sustained a concussion following an observed or suspected blow to the head or body in a game or practice, the following standard protocol will be used:

Si un entrenador sospecha que un deportista ha sufrido una conmoción cerebral tras un golpe observado o presunto en la cabeza o el cuerpo en un partido o entrenamiento, se utilizará el siguiente protocolo estándar:

1. El jugador debe ser evaluado médicamente en el lugar de los hechos siguiendo los principios habituales de gestión de emergencias y debe prestarse especial atención a excluir una lesión de la columna cervical.
2. El personal capacitado y asignado deberá determinar oportunamente la disposición apropiada del jugador. Si existen dudas sobre el estado médico del deportista, el jugador deberá ser retirado de forma segura del entrenamiento o del partido.
3. Una vez abordadas las cuestiones de primeros auxilios, debe realizarse una evaluación de los parámetros cognitivos y físicos asociados con una posible lesión por conmoción cerebral. Esta evaluación debe realizarla el entrenador u otra persona responsable, que evaluará al deportista para autorizarle a practicar o jugar. Debe sospecharse una conmoción cerebral en presencia de uno o más de los siguientes síntomas:
 - síntomas físicos (como dolor de cabeza)
 - signos físicos (como inestabilidad), o
 - deterioro de las funciones cerebrales (por ejemplo, confusión) o comportamiento anormal

**Si uno o más de estos signos o síntomas son evidentes, el entrenador o el personal asignado asumirá una conmoción cerebral y el deportista no volverá a entrenar o jugar ese día hasta que concluya la evaluación del apartado 4 siguiente.*

4. El personal asignado responsable de la cobertura de la línea de banda debe continuar con el examen de conmoción cerebral utilizando el protocolo de evaluación estándar, es decir, la Herramienta de Evaluación de Conmociones Deportivas. Tras este examen de conmoción cerebral, si el entrenador sospecha que el deportista tiene una conmoción cerebral, no se permitirá que el jugador vuelva a entrenar o a jugar el día de la lesión y será supervisado por el personal asignado hasta que uno de los padres/tutores pueda asumir la supervisión.
5. Se informará a los padres/tutores de la sospecha de una conmoción cerebral. Es responsabilidad de los padres/tutores obtener atención médica de seguimiento.

6. El estudiante deportista del que se sospecha que tenga una conmoción cerebral debe tener una autorización médica por escrito de un proveedor de atención médica autorizado para poder practicar o jugar.
 7. Si el proveedor de atención médica autorizado, según se define en C.R.S. 25-43-101, concluye que el atleta no sufrió una conmoción cerebral, se le permitirá regresar a la práctica y al juego.
 8. Los entrenadores, a su discreción, seguirán controlando al deportista durante un periodo de tiempo razonable.
-

Gestión posterior a la conmoción cerebral

Se reconoce comúnmente que después de una conmoción cerebral, si bien el atleta puede indicar ausencia de síntomas, se debe tener precaución y utilizar el ejercicio como una "prueba de estrés sintomático" para determinar si un atleta está listo para volver a jugar. Todo deportista al que se le diagnostique médicamente una conmoción cerebral debe seguir el Protocolo para la Gestión Posterior a una Conmoción Cerebral antes de volver a entrenar o jugar.

Protocolo para la Gestión Posterior a una Conmoción Cerebral

1. No se puede entrenar o hacer esfuerzo físico practice después de 24-48 horas tras la lesión
2. Prueba ImPACT utilizando el protocolo establecido tres días después de la lesión con puntuaciones comparadas con las pruebas de referencia. La prueba posterior a la conmoción cerebral debe retrasarse hasta las 72 horas (tres días) para no estresar el sistema cognitivo ya comprometido. No todos los atletas mostrarán deterioro en todos los índices de la prueba ImPACT y el rendimiento individual de la prueba del atleta puede depender de una serie de factores que incluyen el tipo de golpe en la cabeza, el lugar del golpe y la historia individual del atleta. Se debe repetir la prueba ImPACT cada siete días hasta que los resultados estén dentro de los límites normales. Si el deportista no supera la prueba ImPACT con cuatro intentos, es necesario remitirlo a un especialista médico. Una vez de vuelta a la referencia de base, las pruebas del atleta ya no son necesarias.

Protocolo para el regreso a entrenar o a jugar

Los deportistas no deben reincorporarse a los entrenamientos ni a los partidos el mismo día de la lesión. Para que se considere su reincorporación a los entrenamientos o al juego, el deportista deberá:

- No tomar medicación para controlar los síntomas
- Volver a la situación de partida desde el punto de vista académico
- Tener puntuaciones neurocognitivas ImPACT que no sean significativamente discrepantes de la línea de base. Si no se dispone de la puntuación inicial, se comparará con las normas nacionales. Estar libre de síntomas en todas las áreas
- Tener una autorización médica por escrito de un proveedor de atención médica autorizado para volver a jugar.

Una vez alcanzados estos objetivos, se seguirán las directrices de Zurich para la vuelta al juego. Estas directrices implican una progresión sistemática hacia el aumento del ejercicio y la vuelta al juego. Cada etapa debe durar aproximadamente 24 horas (o más). Si los síntomas reaparecen durante cualquier etapa, vuelva a la etapa anterior, espere 24 horas y vuelva a intentarlo.

Directrices de Zurich

- Día 1: Reposo hasta que no haya síntomas (Reposo mental y físico)
- Día 2: Ejercicio aeróbico ligero
- Día 3: Ejercicios de entrenamiento específicos del deporte: (como sprints/cortes, acondicionamiento con el equipo, ejercicios específicos del deporte)
- Día 4: Ejercicios sin contacto con el equipo, acondicionamiento, ejercicios específicos del deporte y entrenamiento de resistencia ligera.
- Día 5: Práctica completa supervisada (El atleta debe ser supervisado específicamente al final de las prácticas y los partidos de entrenamiento)
- Día 6: Participación plena en juegos y prácticas.

En última instancia, es el entrenador quien decide si un deportista debe regresar a los entrenamientos y/o jugar. En caso de desacuerdo con la decisión del entrenador, el deportista tendrá la oportunidad de apelar la decisión de acuerdo con el Proceso de Apelación descrito en este Código Deportivo.

**Se puede obtener información adicional relacionada con este protocolo de gestión de conmociones cerebrales a través de la oficina del director deportivo de la escuela preparatoria.*